火龙罐综合灸联合耳穴贴压治疗 1 例月经过少患者的护理病例报告

周 慧，陈 宏*

（北京中医药大学东方医院外二乳腺科，北京 100078）

通信作者：陈宏，E-mail：chenhong9786@sina. com

摘要：本文总结 1 例月经过少患者行火龙罐综合灸联合耳穴贴压治疗的效果观察及护理经验。基于中医辨证施护理论，采取火龙罐综合灸联合耳穴贴压治疗，配合饮食指导、情志护理、生活起居护理、健康知识宣教等常规护理措施，患者病情明显缓解。

关键词：月经过少；火龙罐综合灸；耳穴贴压；情志护理

A case report of a hypomenorrhea patient treated with fire-dragon-pot moxibustion and auricular point sticking

ZHOU Hui，CHEN Hong*

（*Second Department of Breast Surgery， Dongfang Hospital Beijing University of Chinese Medicine，Beijing 100078*）

ABSTRACT： This article summarizes the effect observation and nursing experience of a hypomenorrhea patient treated with fire-dragon-pot moxibustion and auricular point sticking. Based on the theory of TCM syndrome differentiation and care, the patient's symptoms were significantly relieved by conventional nursing measures, such as diet guidance, emotional nursing, daily life nursing and health knowledge education.

KEY WORDS：hypomenorrhea；fire-dragon-pot moxibustion；auricular point sticking；emotional nursing；

月经过少是临床月经不调的常见情况之一,指月经的周期正常, 经量少于平时正常经量的 1/2,或少于 20 mL,或行经时间不足 2d,甚至点滴即净者[1]。西医学认为,在下丘脑-垂体-卵巢轴的调节下,子宫内膜周期性剥脱而形成月经来潮,其中

任何环节出现问题,均会影响月经。月经过少与内分泌因素、子宫内膜因素和卵巢功能有关[2]。在中医学中，月经过少属 “月经过少”“经闭”范畴又称“经水涩少”“经水少”“经量过少”。临床上本病虚症较多，实症较少，《傅青主女科》记载 “夫经本于肾，而其流五脏六腑之血皆归之。”月经过少以肾虚为本，瘀血阻滞为标[3]。火龙罐综合灸和耳穴贴压均是常用的中医外治综合疗法，二者配合使用，能起到行气活血、通筋活络、抒发肝气、缓解疼痛的作用[4]。本文总结了 1 例火龙罐综合灸联合耳穴贴压治疗月经过少患者的护理体会，现报告如下。

1　临床资料

患者女性，30 已婚。主因“月经量少半年余”，于 2023 年 9 月 8 日 9:10 来我院门诊就诊。主诉行经量少，血色紫暗有血块，小腹冷痛、腰困，腰膝酸软，头晕耳鸣，睡眠质量差，情绪不畅，平素生活压力较大，上次经期在 8 月 26-27 日。舌黯，苔薄白，脉沉弦。既往史：既往体健。否认食物药物过敏史，否认高血压、糖尿病、冠心病等慢性病史，否认肝炎、结核等传染病史。专科检查：无明显器质相关性病变。中医诊断：月经过少。辨证分型：肾虚血瘀型。西医诊断：高催乳素血症。中医治疗：口服中药汤剂，2 次/日，补肾化瘀，活血调经。火龙罐综合灸联合耳穴贴压治疗，2 次/周，连续治疗 3 个月经周期，经期暂停治疗。患者于 11:25 离院。

9 月 30 日第 6 次治疗后，患者月经量增加，小腹冷痛、腰膝酸软和头晕耳鸣等症状有缓解，予以继续治疗。

11 月 3 日第 16 次治疗后，患者月经量明显增多，无小腹冷痛、腰膝酸软及头晕耳鸣等症状，予以继续治疗。

11 月 24 日第 24 次治疗后，患者月经量恢复如常，无小腹冷痛、腰膝酸软及头晕耳鸣等症状，睡眠良好，心情愉悦。

2　护理

2.1　护理评估

①中医症候积分 以中医症候积分评定患者病情 ，参照《中医病证诊断疗效标准》执行。主症 ：经期 <1 d、色紫黯且质稠、腰骶部位发生持续酸痛 ，评 3 分 ；经期 1~2 d、色紫黯且质稠、腰骶部位经常性发生酸痛 ，评 2 分 ；经期 2~3

d、色黯且质偏稠、腰骶部位发生偶尔酸痛 ，评 1 分；经期 3~7 d、 色暗红且质匀、腰骶部位无相关不适感 ，评 0 分。次症 ：持续性腰膝酸软、头晕耳鸣，评 3 分 ；经常腰膝酸软、头晕耳鸣，评 2 分；偶尔头晕耳鸣 ，评 1 分；无任何相关不良表现 ，评 0 分。总积分越高 ，患者的病情越严重[5]。本案例中患者症候积分为 2+2 分。

②焦虑评估：采用焦虑自评量表（SAS）评估患者焦虑程度，SAS 总分<50 分为正常，50～60 分为轻度焦虑，61～70 分是中度焦虑，>70 分属于重度焦虑。患者 SAS 评分为 53 分，评估为轻度焦虑。

2.2 护理诊断

根据患者身体评估及主诉，患者存在以下问题：行经期间，月经过少，且伴随小腹痛、腰膝酸软、头晕耳鸣等症状，对患者的身心和生活质量造成了严重影响。护理诊断如下：①月经过少：肾阴虚，精血化源不足[6]；②疼痛：小腹疼痛，与月经期子宫痉挛性收缩有关；③焦虑：与小腹冷痛、头晕耳鸣等症状有关；④知识缺乏：与患者缺乏月经过少相关知识有关[7]。

2.3 护理计划

针对患者存在的相关因素，制定如下护理计划。①将中医特色技术全面运用到患者身上，改善月经量，减轻患者不适感。②加强情志护理，增加与患者的沟通频率，做好心理疏导，改善患者的焦虑症状[8]。③加强月经健康宣教，向患者宣教月经相关知识，提高患者对月经过少病症的预防意识。

2.4 中医护理技术与辨证施护

2. 4.1 护理措施

遵医嘱予患者火龙罐综合灸技术治疗。①主穴：三阴交、关元；配穴：肾俞、太溪、中极、地机。②具体方法：患者选择仰卧位，充分暴露操作部位，局部皮肤无破溃、无红肿可操作。选取中号火龙罐，点燃罐内艾柱，待艾柱燃烧均匀后，在下腹部涂抹适量精油，用单手运罐，施罐时手掌的小鱼际先接触皮肤然后再落罐，结合揉、碾、推、按、点、摇、闪、震、熨烫等不同手法正旋、反旋、摇拨、摇振罐体作用于下腹部皮肤肌肉组织，重点摇拨关元穴和中极穴；然后在小腿部

涂抹精油，重点摇拨三阴交、太溪、地机等穴位，并用罐底以烫熨手法对局部皮肤进行热熨；最后让患者取俯卧位，在腰骶部涂抹精油，重点摇拨肾俞穴，手法同上。③注意事项：操作过程中，不断运罐，不要在同一个部位停留过久，时刻用小鱼际感受患者皮肤温度，及时做出温度的调整，把控火龙罐温度，避免过度和不正规晃动，以免艾灰脱落，引起不必要的烫伤。每次施灸 40min 左右，以患者皮肤微微发红发热为宜[9]。另外，配合耳穴贴压治疗，选取内分泌、内生殖器、肾、肝、脾、神门、皮质下，采用毫针刺法或压籽法[10]。火龙罐综合灸配合耳穴贴压治疗，2 次/周，经期暂停治疗，连续治疗 3 个月经周期[11]。

2.4.2　辨证施护

月经过少患者，常常出现腹痛腰酸、乳房胀痛、情绪忧郁等症状，严重者可导致不孕。由于疾病疼痛外加病情反复，使得患者的身体和心理都受到严重的伤害。因此以围绕患者为中心的优质护理服务，会让患者更加信任我们，便于开展未来的工作，也会更好的加速患者恢复[12]。

针对患者具体情况，予如下护理措施：①生活护理：指导患者养成良好的生活习惯，规律作息时间，提高睡眠质量，不熬夜，早睡早起，提高身体代谢能力，多进行户外运动，如：慢跑等。注意防寒保暖，遵行四季变化更换衣物，注重个人卫生，保持干净[13]。②用药护理：嘱患者采用温服法，每日早晚各服一次中药，每次服药前将药物从冰箱内取出后加温方可服用。告知患者不可随意更改药物和剂量，如更改需遵循医嘱。③健康宣教：通过宣传手册、讲座、线上直播、书籍等方式对患者进行月经知识宣教。宣教过程中选择让患者感兴趣的方式宣教，将月经过少的防治进行详细讲解，对患者提出的疑问进行解答，让患者正确认识并治疗病症[14]。④饮食护理：嘱患者养成良好的饮食习惯，及时补充营养，适当补钙、钾，饮食尽量清淡温和，选择易于消化的，不可过食生冷，经期禁食寒凉之品，如：冷饮等，另外避免辛辣香燥伤津，以减少子宫充血，多喝温开水，减少引用浓茶、咖啡等，多吃水果、蔬菜，保持大便通畅。⑤情志护理：对患者进行充分了解和有效的沟通，指导患者有效控制不良情绪发生的频率，通过听音乐、看书、看电影、唱歌等方式缓解，避免精神紧张及过度精神刺激，保持心情舒畅[15]。

3 疗效观察与随访

治疗前患者症候积分 2+2 分，SAS 评分为 53 分，治疗结束后症候积分降为 0+0 分，SAS 评分为 45 分，诉月经量恢复如常，无小腹冷痛、腰膝酸软及头晕耳鸣等症状，睡眠良好，心情愉悦。治疗结束 30 天后，对患者进行电话随访，诉月经量正常，未出现腹痛、头晕耳鸣等症状，嘱患者进行适当运动、合理饮食、保证睡眠。患者依从性较高，未发生不良事件。

4 讨论

近年来，随着生活节奏快、压力大、熬夜、各种妇科手术并发症和其他不良生活习惯的增加，月经过少的发病率呈逐渐上升的趋势。一旦发生月经过少，常伴有腰膝酸软、头晕耳鸣及小腹疼痛等症状，尤其对于有生育需求的女性，其心理压力明显增加，不孕几率也会随之上升。及时治疗月经过少可以帮助患者维持女性生理功能，减轻思想负担，延缓衰老，提高生活质量。西医在排除器质性疾病后通常采用雌孕激素序贯疗法[16]，但易复发，且存在药物依赖等情况。中医经过多年积累、发展，在治疗月经过少上取得了确切的疗效，其通过中医药剂配合中医治疗手段的方式，在一定程度上缓解了患者的症状，改善了患者的生活质量，尤其是中医治疗手段，有效避免了药物不良作用等弊端，得到了患者较好的反馈。

火龙罐综合灸是一项集艾灸、刮痧、按摩、推拿、熨烫、点穴等传统中医治疗手段为一体的综合疗法，操作者将艾灸和推拿按摩融汇施用，施加于特定穴位上，达到调理脏腑、疏经通络、行气活血等功效[16]；耳穴贴压是将王不留行籽贴在耳朵上，按穴位与脏腑经络的联系，通过对耳廓特定穴位进行刺激，达到平衡阴阳，调理脏腑，通络镇痛的功效。火龙罐综合灸和耳穴贴压联合使用，配合中药饮剂和优质的中医护理服务，能有效的缓解月经过少患者的病症，达到显著的治疗效果，值得临床推广。

参考文献

[1]黄瑶,王金权,刘雅丽，王慧锦.国家非遗三晋王氏妇科治疗月经过少临证经验[J].光明中医,2023,38(9):1759-1762.

[2] 石芳.滋肾活血方联合西医治疗对月经过少患者子宫内膜厚度及性激素水平的影响[J].中外医学研究，2020,18(9):42-44.

[3] 康志远,尚文霞,张伟顺,刘宏奇.刘宏奇治疗月经过少经验[J].国医论坛,2023,38(5):59-61.

[4] 陈珍珍,刘伟承.刘伟承火龙罐综合疗法治疗月经过少验案举隅[J].中国民族民间医药,2019,28(7):63-64.

[5] 牛聪慧,熊明亮.玉女煎加减联合人工周期疗法治疗卵巢储备功能减退所致阴虚血燥型月经过少的临床效果[J].中外医学研究,2023,33(581):23-26.

[6] 冯英培, 李伟莉. 李伟莉治疗月经过少肾虚血瘀证[J].实用中医内科杂志,2021,35(5):21-23.

[7]吕少华,陈宏. 火龙罐综合灸治疗 3 例月经不调患者的护理病例报告 [DB/OL]. 中西医结合临床案例库, 2024, 10.

[8]汪有妹. 中医情志护理对月经不调女性康复效果的影响 [C].基层医学论坛,2020,24 (24):3510-3512.

[9] 徐博洋,陈宏. 火龙罐综合灸治疗 1 例痛经患者的护理[DB/OL]. 中西医结合临床案例库, 2024, 1.

[10]黄力靖,张志华,区景云. 耳穴贴压法联合益经汤加减治疗肾血腥月经过少的临床效果[J].临床合理用药杂志, 2022, 15 (23):162-165.

[11]梁结玲. 针灸加艾灸联合耳穴贴压治疗月经不调的护理研究 [J].中医外治杂志,2019,28(4):48-49..

[12]刘春芬.探讨月经失调患者的护理方法和效果 [J].中国医药指南,2022,20(15):130-132.

[13]高凌云.综合护理模式在月经不调患者中的应用 [J].妇儿健康导刊,2024,3(3):166-168.

[14] 蔡秋燕.健康教育在月经不调临床护理中的应用分析 [J].中国医药指南,2022,20(31):42-45.

[15]焦艳华.心理护理干预对月经不调女性康复作用的影响[J].心理月刊,2021,10(16):122-123+203.

[16] 童燕萍,李素芬.行气活血汤联合雌-孕激素序贯疗法治疗人工流产术后月经过少临床研究［J］.新中医,2023,55(24):46-50.